

2026 年 3 月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	プログラム ミーティング	フリー	フリー	卓球台開放日	映画館 (コルトン)	
					実費	
	13:00~15:00					
8	9	10	11	12	13	14
	YouTube カラオケ& 音楽鑑賞	フリー	調理 (生姜焼き・ 豆腐となめこの みそ汁)	地域 ボランティア	お菓子作り (ぼたもち)	
			300円		実費	
	13:00~15:00		10:30~	13:30~	13:00~15:00	
15	16	17	18	19	20	21
	外食 (とんかつ 和幸)	フリー	フリー	地域 ボランティア ※予備日	春分の日	
	実費				メンタルSC休み	
	13:00~15:00					
22	23	24	25	26	27	28
	英語で あそぼう	フリー	防災訓練	卓球台開放日	藤田さん 送別会	
	13:00~15:00		午後		13:00~15:00	
29	30	31	1	2	3	4
	お花見 (弘法寺~千葉 商大近辺)	🍷おむすび会				
		200円				
	13:00~15:00	12:00~				

※プログラムは変更になることもあります

※外出プログラムの最低催行人数は3人です

《お知らせ》

- プログラムへの参加費は原則無料ですが、外出プログラムは実費や交通費がかかることがあります。プログラムは予告なく中止、変更となる場合があります。
- 南八幡メンタルサポートセンターでは、利用者やご家族からの施設利用者への電話の取次ぎはしておりません。また「〇〇さんいますか？」等の問い合わせにもお答えすることはできませんので、あらかじめご了承ください。
- ピアカウンセリング(個別面談)は予約制です。市川市障がい者支援課相談支援班ピアカウンセリング担当までお問い合わせください。問い合わせ先:047-334-1111